

## WIC Puede Ayudarlo:

- ☺ Estirando el dinero que usted gana
- ☺ Consiguiendo comida nutritiva para usted y su familia
- ☺ Proporcionado a sus hijos un comienzo temprano sobre la buena salud



Congratulaciones! Haciendo una cita con WIC usted ha dado un primer paso importante para conservar la salud de usted y su familia..

### ¿A Quién ayuda WIC?

WIC ayuda a familias que tienen necesidades especiales de comidas saludables. Usted ó miembros de la familia podrán reunir las condiciones necesarias si:

- ✓ Usted está embarazada.
- ✓ Usted está alimentando al seno a un niño menor de año de edad..
- ✓ Ha tenido un bebé en los últimos seis meses..
- ✓ Tiene un bebé o un niño menor de cinco años de edad..



### ¿Cómo Ayuda WIC?

WIC es un programa de alimentación y nutrición que ayuda a familias. Sin ningún costo, WIC provee:

- ✓ comida saludable para miembros de la familia que esten en WIC
- ✓ consejería en nutrición para ayudarlo a escoger los alimentos adecuados
- ✓ ideas de cómo estirar su dinero en comida
- ✓ remisiones de servicios que su familia podría usar como inmunizaciones y chequeos médicos de sus niños.

### ¿Que Clase De Comidas Ofrece WIC?

Cuando alguien reúne las condiciones necesarias para WIC, consiguen cheques que pueden ser usados en tiendas de comestibles aprobadas por WIC. Cada cheque tiene ciertos alimentos que son necesarios para una buena salud.

WIC puede proveer:

Leche	Jugo
Queso	Frijoles secos
Fórmula para bebé	Huevos
Cereal	Mantequilla de maní
Cereal para bebé	Zanahorias
Atún	

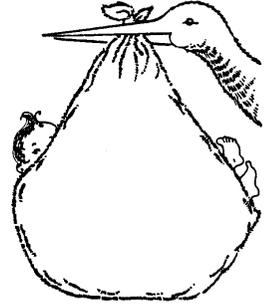


Estos alimentos son buenas fuentes de nutrientes importantes como proteína, hierro, calcio y vitamina C. WIC no proporciona todas las comidas que su familia necesitará. El dinero que usted ahorra usando cheques de WIC puede ser usando para añadir alimentos aún mas saludables a las comidas de la familia.

## ¿Cómo Reuno Las Condiciones Necesarias Para Participar En WIC?

El primer paso es conseguir una cita con WIC. Para reunir las condiciones necesarias, usted debe:

- ✓ Estar embarazada, amamantando, o haber tenido un bebé, o ser un niño menor de cinco años de edad.
- ✓ Cumplir con las requisitos de ingresos (talonario de cheques)
- ✓ Vivir en Kansas
- ✓ Tener una necesidad nutricional diagnosticada por el profesional de la salud del WIC.



## ¿Qué Necesito Traer A La Cita?

En el día de la cita, asegúrese de traer los papeles que le dicen en esta hoja. Llénelos totalmente antes que usted venga a la cita. Si necesita ayuda para llenar los papeles, déjele saber a los empleados del WIC.

**También traiga:**

- ✓ cada persona que desea inscribir en el programa WIC (bebé, niño o mujer)
- ✓ la prueba de ingresos (talón de cheque) de todas las personas que viven en su casa. Si su familia recibe ayuda de cualquier programa del SRS por favor traiga la prueba de esta elegibilidad.
- ✓ la prueba de residencia (un sobre que fue enviado por correo a usted, recibos de alquiler, cuentas de servicios públicos)
- ✓ prueba de identidad (carnet de conducir con su foto, partida de nacimiento, registros de inmunización) de todos solicitantes.
- ✓ registros de inmunización para niño que están aplicados al programa.

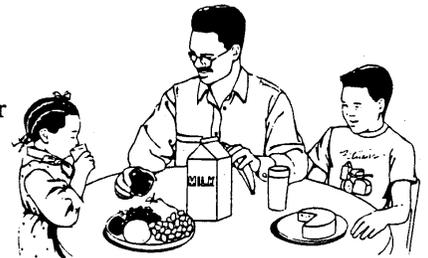
## ¿Puede Otra Persona Traer A Mi Niño A La Cita?

Si, pero WIC necesita la firma de la madre ó padre o tutor legal para el chequeo de salud. Llámelo a la oficina de WIC para hacer los arreglos

## ¿Cuándo Sabre Si Puedo Participar En WIC?

Usted sabrá si usted reúne las condiciones necesarias para WIC el día que usted venga a la cita. En la cita, un empleado del WIC examinará todos los documentos que usted ha traído y hará algunas preguntas sobre la salud y dieta del solicitante. Una prueba será hecha para verificar niveles de hierro de sangre. Estatura y peso también serán verificados. El personal de WIC también responderá a cualquier pregunta que usted pueda tener sobre la alimentación de usted, su bebé, o niño.

Si usted reúne las condiciones necesarias para WIC, usted conseguirá cheques para comida el mismo día de la cita. El personal del WIC le explicará como usar los cheques en la tienda y qué comidas pueden ser compradas.



**Usted trabaja mucho para conservar su familia sana.**

**¡Deje que WIC le ayude!**

El Departamento de Agricultura de los Estados Unidos provee igualdad de oportunidad y empleos..